

Hábitos alimentares e sua relação com nível de renda entre adolescentes

Vanessa das Graças Silva Pereira*
Clarice Lima Alvares da Silva**
Melina Oliveira de Souza***
Cristiane Vilas Boas Neves****

RESUMO

O presente estudo avaliou hábitos alimentares e sua relação com condições socioeconômicas de 64 adolescentes matriculados em uma escola pública do município de Jeceaba-MG. Foram aplicados questionários aos pais para caracterização socioeconômica da família e aos adolescentes para caracterização da realização de refeições e frequência de consumo de alimentos. De forma geral, almoço e lanche da tarde foram as refeições mais realizadas. Quando estratificado por nível de renda, as refeições de maior ocorrência foram almoço e café da manhã para o menor nível de renda, almoço e lanche da tarde para os de maior renda e almoço e jantar para os de renda ignorada. A maioria dos adolescentes relatou consumir vegetais, frutas, laticínios, cereais e carnes numa frequência de 1-3 vezes/dia; doces, refrigerantes/sucos industrializados ≥ 6 vezes/semana e alimentos ricos em gordura ≤ 2 vezes/semana. Os grupos de alimentos mais consumidos entre adolescentes com renda ignorada foram cereais e doces, enquanto os menos consumidos foram laticínios e alimentos ricos em gordura. Cereais e doces permaneceram como grupos mais consumidos nos extremos de renda. Vegetais e alimentos ricos em gordura foram menos consumidos entre adolescentes com menor nível de renda, ao passo que vegetais, laticínios e alimentos ricos em gordura foram relatados como os de menor consumo entre aqueles com maior nível de renda. A realização do café da manhã e a baixa frequência de consumo de frutas foram associados ao menor nível de renda dos adolescentes. Os resultados sugerem a necessidade de intervenção na população, de forma independente ao nível de renda.

Palavras-chave: Adolescente; Condições de Vida; Hábitos Alimentares.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência compreende a fase de transição entre a vida infantil e adulta, sendo caracterizada por profundas transformações físicas, psíquicas e sociais, bem como o desenvolvimento de princípios, valores, crenças, atitudes e vontades (FILIPINI et al., 2013), os quais influenciam o comportamento alimentar desse grupo (MAGALHÃES; MENDONÇA, 2003). O processo de formação dos hábitos alimentares nesse período é complexo e está relacionado às condições biológicas, sociais, culturais e econômicas vivenciadas (LENZ et al., 2009). Especificamente entre adolescentes brasileiros, desigualdades socioeconômicas estão relacionadas aos seus padrões alimentares (SILVA et al., 2012).

Adolescentes de famílias com baixa renda tem experimentado um aumento no consumo de alimentos de alta densidade calórica, ricos em gorduras, açúcares simples, sódio e com baixos

teores de vitaminas e minerais, por serem mais acessíveis ao seu poder aquisitivo, com concomitante consumo satisfatório de frutas, vegetais, arroz e feijão (VIEIRA et al., 2005; MARCHIORI; CAMPOS, 2008). Entre adolescentes de famílias com maior nível renda, bem como daquelas que experimentaram melhorias nas condições de vida nos últimos anos, a frequência de consumo de alimentos considerados não saudáveis é ainda mais elevada (MARCHIORI; CAMPOS, 2008), paralelamente ao baixo consumo de frutas, vegetais e outros alimentos considerados marcadores de uma dieta saudável (LEVY et al, 2010).

Diante do exposto, estudos referentes à qualidade da alimentação devem avaliar, além dos fatores individuais relacionados, questões sociais e influências familiares e culturais, tendo em vista que o que se come também é determinado pelas condições de vida do indivíduo. O objetivo do presente trabalho foi descrever os

* Faculdade Santa Rita, Curso de Nutrição - Conselheiro Lafaiete-MG. E-mail: vanessinha1509@yahoo.com.br.

** Universidade Federal de Juiz de Fora, Instituto de Ciências Biológicas, Departamento de Nutrição – Governador Valadares-MG.

*** Faculdade Santa Rita, Curso de Nutrição - Conselheiro Lafaiete-MG.

**** Faculdade Santa Rita, Curso de Nutrição - Conselheiro Lafaiete-MG.

hábitos alimentares e sua relação com o perfil socioeconômico de adolescentes residentes no município de Jeceaba, Minas Gerais.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo transversal foi desenvolvido no município de Jeceaba, Minas Gerais, localizado à 80 km da capital Belo Horizonte e com uma população de 5.387 habitantes (53,7% na zona rural e 46,3% zona urbana). O município, com Índice de Desenvolvimento Humano igual a 0,661, apresenta a agropecuária e a indústria de aço como principais atividades econômicas (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2013). Conta com duas escolas na zona urbana, sendo uma destinada à educação infantil e outra ao ensino da 5ª série do ensino fundamental ao 3º ano do ensino médio, sendo essa última o local escolhido para o desenvolvimento do estudo.

Foram convidados a participar do estudo todos os 157 alunos matriculados de 5ª a 8ª série do ensino fundamental (12 a 16 anos de idade), dos quais 64 (40,8%) entregaram do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado por eles e por seus responsáveis.

A caracterização do perfil socioeconômico da população foi realizada através do preenchimento, pelos pais ou responsáveis, de um questionário estruturado contendo questões relativas ao tipo de domicílio, saneamento básico e energia elétrica, gênero, escolaridade e estado civil do responsável, número de moradores no domicílio e seus rendimentos financeiros. A renda domiciliar per capita foi estimada pela soma da renda mensal dos moradores dividido pelo total de moradores, sendo a mesma traduzida em salário mínimo vigente no período do estudo (R\$ 678,00) e categorizada em três estratos: (a) não informada, (b) $\leq \frac{1}{2}$ salário mínimo e (c) $> \frac{1}{2}$ salário mínimo.

Os hábitos alimentares dos adolescentes foram avaliados através da aplicação de questionário (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013) adaptado pelo pesquisador, contendo questões referentes às refeições realizadas e a frequência de consumo diário de vegetais; frutas; laticínios; leguminosas; cereais, raízes e tubérculos; carnes e ovos (classificados como não consome, 1 a 3 vezes/dia, 4 ou mais vezes/dia) e frequência de consumo semanal de doces; alimentos ricos em gordura, refrigerantes e sucos industrializados (classificados como até 2 vezes/semana, 3 a 5 vezes/semana, 6 ou mais vezes/semana).

Foram feitas análises descritivas para caracterização da amostra, tais como média, mediana e frequência simples. A comparação das características das famílias de acordo com o nível de renda foi realizada através da Análise de Variância (ANOVA), complementada com o teste de Bonferroni para as variáveis numéricas e do teste de qui-quadrado de Pearson para as categóricas. Este último também foi realizado para comparação da frequência de consumo dos grupos alimentares entre os adolescentes, de acordo com seu nível de renda. Considerou-se 5% ($p < 0,05$) como significância estatística. As análises estatísticas foram realizadas utilizando-se o pacote estatístico Stata 10.0 (Stata Corp., College Station, Estados Unidos).

Todos os adolescentes receberam orientação nutricional após a fase da coleta de dados. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Viçosa, Minas Gerais.

3 RESULTADOS

As características dos adolescentes, seus responsáveis e domicílios, de forma geral e estratificadas segundo nível de renda domiciliar per capita, estão descritas na Tabela 1.

TABELA 1

Características Socioeconômicas e Demográficas dos adolescentes e seu domicílio, geral e segundo nível de renda. Jeceaba, Minas Gerais (2013).

CARACTERÍSTICAS	TOTAL	Nível de Renda			p*
		Não Informado	≤ ½ Salário Mínimo	> ½ Salário Mínimo	
Gênero do adolescente - % (n)					$\chi^2 = 1,02$ p=0,600
Masculino	28,1 (18)	26,7 (4)	34,6 (9)	21,7 (5)	
Feminino	71,9 (46)	73,3 (11)	65,4 (17)	78,3 (18)	
Idade do adolescente – média (DP)	13,3 (1,3)	12,9 (1,0)ab	13,8 (1,3)b	12,9 (1,2)a	0,01
Gênero do responsável - % (n)					$\chi^2 = 0,27$ p=0,265
Masculino	14,1 (9)	26,7 (4)	11,5 (3)	8,7 (2)	
Feminino	85,9 (55)	73,3 (11)	88,5 (23)	91,3 (21)	
Idade do responsável - média (DP)	41,3 (7,6)	38,4 (5,1)	41,7 (5,2)	42,0 (10,6)	0,319
Situação conjugal do responsável - % (n)					$\chi^2 = 4,05$ p=0,132
Com companheiro(a)	70,3 (45)	86,7 (13)	42,3 (11)	26,1 (6)	
Sem companheiro(a)	29,7 (19)	13,3 (2)	57,7 (15)	73,9 (17)	
Escolaridade do responsável- % (n)					$\chi^2 = 4,60$ p=0,100
< 8 anos	51,6 (33)	53,3 (8)	65,4 (17)	34,8 (8)	
≥ 8 anos	48,4 (31)	46,7 (7)	34,6 (9)	65,2 (15)	
Tipo de moradia - % (n)					$\chi^2 = 6,01$ p=0,199
Própria	82,8 (53)	73,3 (11)	92,2 (24)	78,3 (18)	
Alugada	12,5 (8)	26,7 (4)	3,9 (1)	13,0 (3)	
Emprestada	4,7 (3)	0 (0)	3,9 (1)	8,7 (2)	
Número de moradores – média (DP)	4,3 (1,3)	4,6 (1,4)	4,1 (1,1)	4,3 (1,5)	0,117
Características da residência - % (n)					
Água tratada					$\chi^2 = 0,24$ p=0,887
Sim	93,7 (60)	93,3 (14)	92,3 (24)	95,7 (22)	
Não	6,3 (4)	6,7 (1)	7,7 (2)	4,3 (1)	
Esgotamento sanitário					$\chi^2 = 0,64$ p=0,727
Sim	81,2 (52)	86,7 (13)	76,9 (20)	82,6 (19)	
Não	18,8 (12)	13,3 (2)	23,1 (6)	17,4 (4)	
Coleta de lixo					$\chi^2 = 2,34$ p=0,310
Sim	79,7 (51)	66,7 (10)	80,8 (21)	87,0 (20)	
Não	20,3 (13)	33,3 (5)	19,2 (5)	13,0 (3)	
Energia elétrica					$\chi^2 = 1,45$ p=0,476
Sim	98,4 (63)	100 (15)	96,1 (25)	100 (25)	
Não	1,6 (1)	0 (0)	3,9 (1)	0 (0)	

* Análise de Variância complementada com teste de Bonferroni para variáveis numéricas. Teste de qui-quadrado para variáveis categóricas. a/ab/b: indicam diferenças entre os grupos. Salário Mínimo Vigente (R\$ 678,00).
Fonte — Os autores (2014).

Entre as famílias dos adolescentes avaliados, 23,4% (n=15) não informaram sua renda, 40,6% (n=26) apresentaram renda domiciliar per capita abaixo de meio salário mínimo por mês e 36,0% (n=23) apresentaram renda domiciliar per capita maior ou igual a meio salário mínimo mensal.

Os adolescentes participantes do estudo eram predominantemente do gênero feminino e apresentaram média de idade igual a $13,3 \pm 1,3$ anos (mínimo 12 e máximo 16 anos). Os responsáveis pelo adolescente eram em sua maioria do gênero feminino, viviam com companheiro, apresentavam média de idade igual a $41,3 \pm 7,6$ anos (mínimo 28 e máximo 71 anos) e menos de 8 anos de escolaridade. As moradias tinham em média $4,3 \pm 1,3$ moradores (mínimo 2 e máximo 7 moradores), eram alugadas e possuíam energia elétrica e saneamento básico. À exceção da idade dos adolescentes, os quais eram mais velhos na menor faixa de renda estudada em relação à maior faixa, não foram detectadas diferenças estatisticamente significantes para as características sociodemográficas entre os três níveis de renda.

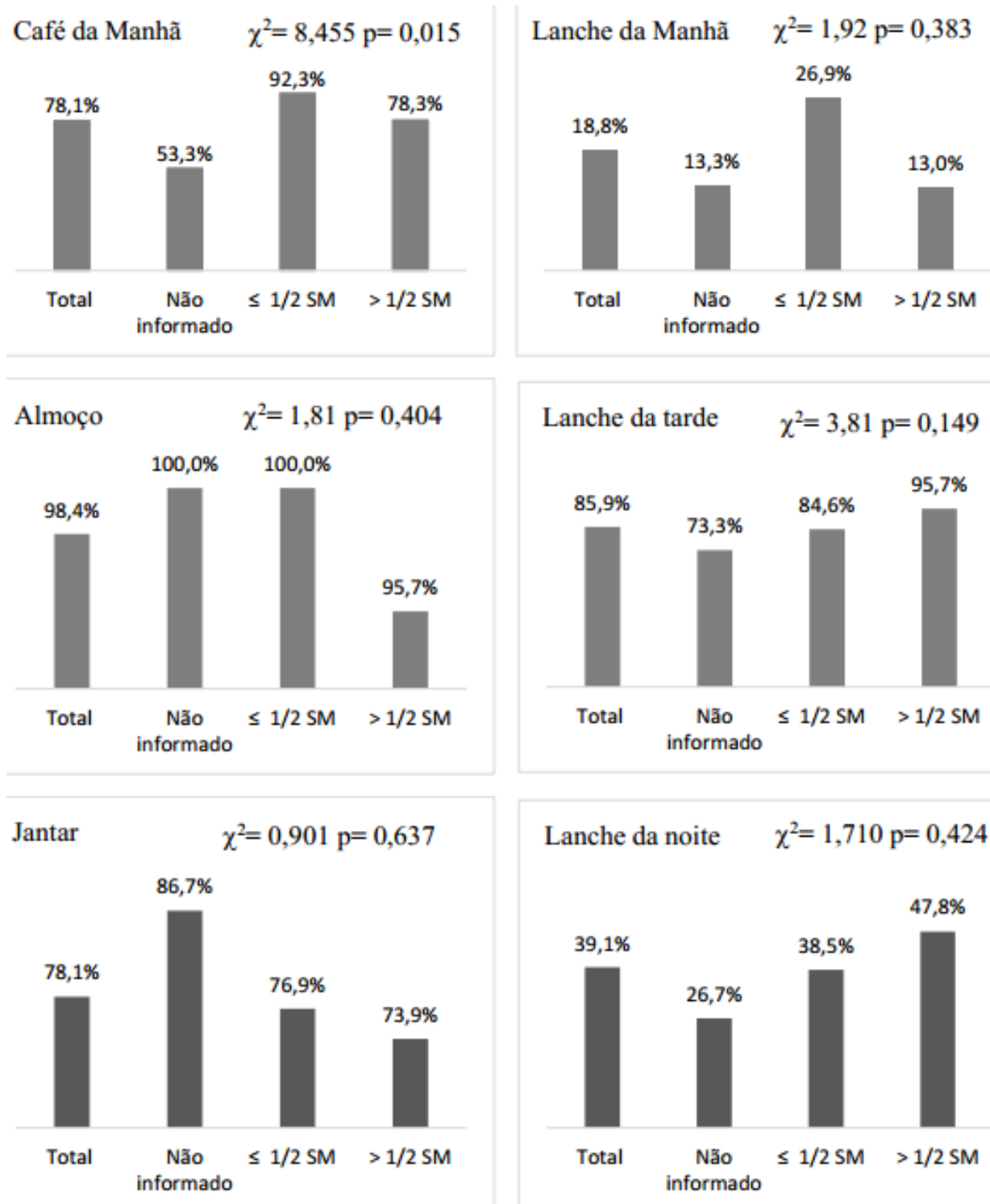
O gráfico 1 apresenta o padrão de realização das refeições entre os adolescentes. O almoço foi a refeição mais realizada, seguida pelo lanche da tarde. Entre adolescentes com nível de renda mais baixo, as refeições mais realizadas foram o almoço e o café da manhã, enquanto entre aqueles com maior nível de renda predominaram o almoço e o lanche da tarde. Entre aqueles com nível de renda não informado, as refeições mais realizadas foram o almoço e o jantar. A realização de café da manhã foi significativamente associada ao nível de renda mais baixo dos adolescentes ($\chi^2=1,81$; $p<0,05$).

Na tabela 2 são apresentados os resultados de frequência de consumo dos alimentos entre os adolescentes, de forma geral e segundo nível de renda. A maioria dos adolescentes relataram consumir vegetais, frutas, laticínios, cereais raízes e tubérculos, carnes e ovos com uma frequência de 1 a 3 vezes ao dia. Quando estratificado pelo nível de renda, o consumo de frutas apresentou diferença estatisticamente significativa entre os grupos, de forma que sua baixa frequência de consumo entre adolescentes esteve associada ao menor nível de renda domiciliar per capita ($\chi^2=9,58$; $p<0,05$). O consumo de doces, refrigerantes e/ou sucos industrializados 6 ou mais vezes por semana foi relatado pela maior proporção de adolescentes, os quais relataram o consumo de alimentos ricos em gordura em no máximo 2 vezes por semana. Não foram encontradas associações entre frequência de

consumo desses três grupos alimentares e o nível de renda do adolescente.

O grupo de alimentos mais consumido diariamente (quatro ou mais vezes ao dia) foi dos cereais, raízes e tubérculos, enquanto o de vegetais foi o grupo menos consumido (relatado como não consumido). O maior consumo semanal (seis ou mais vezes por semana) foi relatado para os doces, e o menor consumo (até duas vezes por semana) foi de alimentos ricos em gordura. Entre adolescentes com nível de renda não informado, os grupos de alimentos com maior ocorrência de consumo diário e semanal foram os cereais e doces, respectivamente. A menor frequência de consumo diário foi relatada para laticínios e semanal para alimentos ricos em gordura. Entre os dois extremos de nível de renda, o grupo dos cereais permaneceu como o mais consumido diariamente e o dos doces como o mais consumido semanalmente para ambos. Os vegetais foram o grupo menos consumido diariamente e alimentos ricos em gordura o grupo menos consumido semanalmente entre aqueles com menor nível de renda, ao passo que, entre aqueles com maior nível de renda, tanto o grupo dos vegetais quanto laticínios foram relatados como os de menor consumo diário e alimentos ricos em gordura como os de menor consumo semanal.

Gráfico 1 – Padrão de realização de refeições entre adolescentes, geral e estratificado por nível de renda. Jeceaba, Minas Gerais (2013).



Fonte — Os autores (2014).

TABELA 2

Frequência de Consumo de Grupos de Alimentos entre adolescentes, geral e segundo nível de renda. Jeceaba, Minas Gerais (2013).

GRUPOS DE ALIMENTOS	TOTAL	Nível de renda			p*
		Não Informado	≤ ½ Salário Mínimo	> ½ Salário Mínimo	
Vegetais – n (%)					
Não consome	10,9 (7)	0 (0)	15,4 (4)	13,0 (3)	$\chi^2 = 3,58$ 0,466
1 a 3 vezes/dia	70,3 (45)	86,7 (13)	61,5 (16)	69,6 (16)	
4 ou mais vezes/dia	18,8 (12)	13,3 (2)	23,1 (6)	17,4 (4)	
Frutas – n (%)					
Não consome	7,8 (5)	0 (0)	19,2 (5)	0 (0)	$\chi^2 = 9,58$ p = 0,04
1 a 3 vezes/dia	81,3 (52)	86,7 (13)	76,9 (20)	82,6 (19)	
4 ou mais vezes/dia	10,9 (7)	13,3 (2)	3,9 (1)	17,4 (4)	
Laticínios – n (%)					
Não consome	7,8 (5)	6,7 (1)	3,9 (1)	13,0 (3)	$\chi^2 = 2,94$ p=0,568
1 a 3 vezes/dia	79,7 (51)	73,3 (11)	88,5 (23)	74,0 (17)	
4 ou mais vezes/dia	12,5 (8)	20,0 (3)	7,6 (2)	13,0 (3)	
Cereais, raízes e tubérculos – n (%)					
Não consome	1,6% (1)	0 (0)	3,9 (1)	0 (0)	$\chi^2 = 1,53$ p=0,822
1 a 3 vezes/dia	65,6 (42)	66,7 (10)	65,4 (17)	65,2 (15)	
4 ou mais vezes/dia	32,8 (21)	33,3 (5)	30,7 (8)	34,8 (8)	
Leguminosas – n (%)					
Não consome	3,1 (2)	0 (0)	0 (0)	8,7 (2)	$\chi^2 = 4,57$ p=0,334
1 a 3 vezes/dia	87,5 (56)	86,7 (13)	88,5 (23)	87,0 (20)	
4 ou mais vezes/dia	9,4 (6)	13,3 (2)	11,5 (3)	4,3 (1)	
Carnes e ovos – n (%)					
Não consome	1,6 (1)	0 (0)	3,9 (1)	0 (0)	$\chi^2 = 2,50$ p=0,644
1 a 3 vezes/dia	90,6 (58)	86,7 (13)	88,5 (23)	95,7 (22)	
4 ou mais vezes/dia	7,8 (5)	13,3 (2)	7,6 (2)	4,3 (1)	
Doces – n (%)					
Até 2 vezes/semana	31,3 (20)	20,0 (3)	46,1 (12)	21,7 (5)	$\chi^2 = 4,59$ p=0,332
3 a 5 vezes/semana	18,8 (12)	20,0 (3)	15,4 (4)	21,7 (5)	
6 ou mais vezes/semana	50 (32)	60,0 (9)	38,5 (10)	56,5 (13)	
Alimentos ricos em gordura – n (%)					
Até 2 vezes/semana	43,8 (28)	40,0 (6)	53,9 (14)	34,8 (8)	$\chi^2 = 7,16$ p=0,128
3 a 5 vezes/semana	32,8 (21)	26,7 (4)	19,2 (5)	52,2 (12)	
6 ou mais vezes/semana	23,4 (15)	33,3 (5)	26,9 (7)	13,0 (3)	
Refrigerantes e sucos industrializados – n (%)					
Até 2 vezes/semana	21,9 (14)	20,0 (3)	19,2 (5)	26,1 (6)	$\chi^2 = 1,68$ p=0,794
3 a 5 vezes/semana	32,8 (21)	26,7 (4)	30,8 (8)	39,1 (9)	
6 ou mais vezes/semana	45,3 (29)	53,3 (8)	50,0 (13)	34,8 (8)	

* Teste de qui-quadrado. Salário Mínimo Vigente (R\$ 678,00).

Fonte — Os autores (2014).

4 DISCUSSÃO

O presente estudo avaliou os hábitos alimentares e sua relação com nível de renda familiar de 40,8% dos adolescentes com idade entre 12 e 16 anos matriculados em uma escola da rede pública de Jeceaba, Minas Gerais. A perda amostral foi resultante exclusivamente da recusa em participar por parte dos adolescentes e/ou seus pais/responsáveis.

Analisando as características familiares dos adolescentes, verificou-se que os responsáveis pelo domicílio eram, em sua maioria, do gênero feminino. De acordo com os dados do Censo Demográfico 2010, no período de 2000 a 2010, houve um crescimento expressivo das famílias sob a responsabilidade de mulheres, incluindo aquelas que contam com a presença de cônjuge, provocado pela mudança de valores culturais relativos ao papel da mulher na sociedade brasileira e seu ingresso maciço no mercado de trabalho associado ao aumento da escolaridade e redução da fecundidade. Esses últimos também explicam a média de moradores no domicílio do adolescente, tendo em vista que 4 moradores normalmente representam o casal e dois filhos, sendo essa constituição mais observada atualmente na população brasileira, com número de filhos representando a taxa de reposição populacional - 2,1 filhos por família (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2012).

Os resultados demonstraram importantes diferenças na distribuição de renda entre a população estudada, destacando-se que 18,8% (n=12) das famílias apresentaram renda domiciliar per capita abaixo de ¼ do salário mínimo (R\$ 169,50) e apenas 4,7% (n=3) acima de 1 salário mínimo (R\$ 678,00 reais) (dados não mostrados). O elevado percentual das famílias participantes que não informaram sua renda (23,4%), pode mascarar desigualdades ainda maiores no perfil econômico desse grupo. Apesar disso, outros indicadores sociodemográficos não apresentaram diferenças entre os grupos, demonstrando provável homogeneidade na população adolescente em relação às demais condições de vida que poderiam afetar seus hábitos alimentares, tais como escolaridade do responsável, número de moradores no domicílio e condições de habitação.

Ao analisar o padrão das refeições diárias realizadas, o almoço foi o mais prevalente entre os adolescentes (98,4%), enquanto o lanche da manhã foi a refeição realizada com menor percentual (18,8%). De uma forma geral, é possível notar padrões de refeições inadequados, tais como a omissão do café da manhã e do jantar por 21,9% dos entrevistados, bem como a baixa ocorrência dos lanches da manhã e da noite nesse grupo. Apenas a realização do café da manhã

esteve associada significativamente ao menor nível de renda neste estudo.

Dalla Costa e outros (2007), em estudo com escolares adolescentes de um município do oeste do Paraná e Oliveira e outros (2012), em estudo sobre hábitos alimentares e comportamentos inadequados para controle de peso em adolescentes frequentadores de academias de ginástica, relataram que, entre as refeições principais, o almoço foi o mais prevalente e no que se refere aos lanches, a maior frequência foi observada para o lanche da tarde, resultados concordantes com o encontrado no presente estudo. Estudo realizado com 228 adolescentes matriculados em uma escola pública de Ilhabela-SP também demonstrou resultados semelhantes, com realização de café da manhã (79%), almoço (93%) e jantar (94%) pela maioria dos entrevistados e menor ocorrência de lanches intermediários, especialmente lanche da manhã (42%) e da noite (16%) (LEAL et al., 2010).

A omissão de refeições, hábito reconhecidamente comum entre adolescentes, traz impactos importantes para o estado nutricional nessa fase da vida, tendo em vista que os alimentos que constituem a refeição não realizada dificilmente serão consumidos em outros horários, dificultando, dessa forma, a ingestão dietética diária adequada de nutrientes diversos e energia (ESTIMA et al., 2009; LEAL et al., 2010).

De fato, alterações nos padrões alimentares têm exercido um impacto relevante sobre o perfil nutricional de adolescentes e adultos jovens. A população brasileira tem demonstrado uma redução no consumo de alimentos de origem vegetal (SANCHES, 2003), condição associada à ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis, determinados tipos de câncer e aumento do risco de mortalidade. A escassez desses alimentos pode provocar também deficiências nutricionais e, indiretamente, excesso de peso (MENDES, CATÃO, 2010). Ainda, a omissão de refeições e/ou sua substituição por lanches, consumo excessivo de açúcares simples e gorduras, também contribuem para a ocorrência de doenças e ganho de peso nesse grupo populacional (ENES et al., 2008).

A maioria dos adolescentes relataram frequência de consumo diário de vegetais (89,1%) e frutas (92,2%) variando de 1 a 4 vezes ao dia. Chama-se atenção ao fato de que 10,9% e 7,8% relataram não consumir esses dois grupos, respectivamente. O consumo de alimentos de origem vegetal em populações adolescentes tem variado segundo regiões. Estudo realizado com adolescentes residentes em diversos municípios da Bahia verificou que apenas 40% do grupo tinha o hábito de consumir frutas (SANTOS et al., 2005). Por outro lado, Mendes e Catão (2010) demonstraram que apenas 3,6% dos adolescentes

matriculados em escolas municipais de Formiga – MG relataram não consumir esses alimentos.

A maior ingestão de frutas em relação aos vegetais observada entre adolescentes pode estar relacionada à sua maior facilidade de consumo. Algumas frutas são consumidas imediatamente após sua higienização e podem ser consumidas na forma de sucos e sobremesas, enquanto vegetais precisam, em sua maioria, serem preparados para o consumo, e são restringidas muitas vezes às grandes refeições (CONCEIÇÃO et al., 2010). A não realização do jantar por 21,9% dos adolescentes pode explicar a menor frequência de consumo desse grupo alimentar, reduzindo a sua oportunidade do consumo.

No presente estudo, a menor frequência de ingestão de frutas esteve associada ao mais baixo nível de renda dos adolescentes. De forma semelhante, dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) realizada em 2009 com 60.973 adolescentes, demonstraram maior frequência de consumo de frutas e hortaliças associada às melhores condições socioeconômicas da família (LEVY et al., 2010). A maior frequência de consumo de frutas e vegetais também esteve associada a melhores condições de vida entre adolescentes residentes na Escócia (CRAIG et al., 2010) e Estados Unidos (XIE et al., 2003).

A ausência de laticínios na dieta foi relatada por 7,8% dos adolescentes entrevistados, ao passo que 12,5% desses relataram consumi-los pelo menos quatro vezes ao dia. Não foram encontradas associações entre frequência de consumo desse grupo e nível de renda dos adolescentes, fato potencialmente justificado pela característica predominantemente rural do município e facilidade de acesso aos produtos oriundos diretamente da agropecuária local por todos os estratos sociais. Estudo realizado Nogueira e Sichieri (2009) também demonstrou que o número de escolares que declararam nunca ou quase nunca consumir leite e derivados foi inferior a 10%. Já entre adolescentes de Ilhabela-SP, foi encontrada uma frequência de consumo de laticínios 68% abaixo do esperado, com conseqüente ingestão inadequada de cálcio e vitamina A (LEAL et al., 2010). Entre adolescentes americanos, o consumo frequente de leite e derivados foi significativamente associado a maiores níveis de renda familiar (XIE et al., 2003).

Dados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF 2008/2009) no Brasil, demonstraram que o consumo de leite a partir dos dez anos de idade não atende às recomendações e contribuem para o aumento da prevalência de consumo inadequado de vitaminas A e D, e cálcio (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2011), ressaltando a importância de estudos que investiguem,

para além da frequência, o número e tamanho das porções de grupos alimentares consumidos por adolescentes.

A elevada frequência de consumo diário de cereais, raízes e tubérculos era esperada, tendo em vista sua ampla disponibilidade para o consumo e elevada aceitação entre adolescentes, o que poderia explicar também a ausência de associação entre sua frequência de consumo e o nível de renda, fato também justificável pelas diversas opções de produtos com preço acessível para esse grupo de alimentos. No entanto, cabe destacar que a maioria dos adolescentes entrevistados relataram o consumo desse grupo alimentar entre 1 a 3 vezes por dia, o que pode remeter a um número porções abaixo do recomendado.

Silva e outros (2009) realizaram um estudo sobre hábitos alimentares de adolescentes de escolas públicas de Fortaleza-CE e verificaram que dos alimentos consumidos habitualmente, destacaram-se o arroz e o pão, utilizados por 95,8% e 85,2% dos adolescentes, respectivamente. No entanto, entre adolescentes de Ilhabela-SP, a frequência de consumo de cereais, raízes e tubérculos esteve abaixo do esperado para 61% dos entrevistados, com média de consumo igual a 1,5 porções diárias (LEAL et al., 2010).

Em relação ao consumo de leguminosas, apenas 3,1% relataram não consumir esses alimentos, não sendo sua frequência de consumo associada ao nível de renda dos adolescentes. Esse resultado pode ser considerado satisfatório, pois está relacionado à preservação do hábito culturalmente brasileiro em combinar arroz e feijão nas principais refeições, não sendo o mesmo alterado pelo nível de renda familiar. Em estudo realizado por Leal e outros (2010) o consumo do feijão pelos adolescentes também foi satisfatório, sendo 20% superior à sua frequência esperada.

Em relação ao consumo de carnes, vísceras e ovos, 90,6% dos adolescentes declararam consumir entre uma e três vezes por dia. Igualmente, Leal e outros (2010) e Wendpap e outros (2014), relataram consumo desse grupo alimentar numa frequência diária considerada satisfatória entre adolescentes de Ilhabela-SP e Cuiabá-MT, respectivamente. De forma oposta ao esperado, o consumo de carnes não foi associado ao nível socioeconômico dos adolescentes, tendo em vista seu elevado custo econômico. Como dito anteriormente, o acesso a produtos da agropecuária local do município pode justificar esse achado. Estudo realizado com 4.325 adolescentes residentes em Pelotas-RS, demonstrou que adolescentes de maior nível socioeconômico e filhos de mães com maior escolaridade apresentaram maior consumo de carnes vermelhas e embutidos em

relação aqueles de menor nível socioeconômico e/ou baixa escolaridade materna (ASSUNÇÃO et al., 2012).

O consumo frequente de doces (6 vezes ou mais por semana) foi relatado pela metade dos adolescentes entrevistados e não esteve associado ao nível de renda da população estudada. Tais dados se assemelham ao estudo realizado por Levy e outros (2010), onde 50,9% dos adolescentes relataram o consumo desse grupo numa frequência maior que 5 vezes por semana. Os doces são alimentos altamente calóricos e devem estar presentes em quantidades ponderadas em uma dieta equilibrada para não alterar o balanço entre a ingestão e o gasto energético, sendo que um desequilíbrio nessa relação favorece a ocorrência da obesidade (FAGUNDES, 2008).

Quanto ao consumo de alimentos ricos em gordura, 23,4% relataram ingerir seis ou mais vezes por semana, sem associação com o nível de renda dos adolescentes. De acordo com o Levy e outros (2005), nas três últimas décadas o consumo de alimentos em sua forma natural tem caído, com paralelo aumento no consumo de produtos industrializados, estando essa mudança associada principalmente ao menor custo econômico desses últimos. As refeições prontas e misturas industrializadas tiveram crescimento no consumo em 82%. Já os embutidos, como a salsicha, frios e linguiças, tiveram um aumento de 300%.

Em relação ao consumo de refrigerantes 45,3% dos adolescentes relataram ingerir seis ou mais vezes por semana e não houve associação entre a sua frequência de consumo e o nível econômico do adolescente. De forma semelhante, Monticelli (2009) demonstrou que mais da metade da população avaliada de adolescentes matriculados na rede pública de ensino de Curitiba-PR relataram consumo diário dessa bebida. A Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) de 2002/2003, encontrou que o número de brasileiros que consomem regularmente refrigerantes e sucos artificiais aumentou 13,4% em um ano. Numa análise comparativa, entre os anos de 1974 a 2003, o consumo de refrigerantes aumentou 400% entre a população de classe média e alta no Brasil (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2004). No ano de 2008, 24,6% da população fazia uso dessas bebidas cinco ou mais vezes na semana (OLIVEIRA, 2011).

Estudo realizado com 600 adolescentes matriculados no ensino médio da rede pública de ensino de Caruaru-PE demonstrou elevada frequência de consumo diário de refrigerantes (30,2%), doces (42,0%) ou frituras (28,3%), entre os entrevistados, sem associação com indicadores socioeconômicos nessa população (ZANINI et al., 2013). Em

contrapartida, estudo de Neutzling e outros (2010), sobre hábitos alimentares de escolares adolescentes de Pelotas-RS, demonstrou que quase metade dos jovens entrevistados referiu ingerir batata frita e salgadinhos no máximo uma vez por semana.

Nos últimos anos, os hábitos alimentares adotados pelos adolescentes têm sido apontados por uma participação mais significativa de alimentos industrializados (ricos em carboidratos simples e gordura saturada) (FARIAS JÚNIOR; LOPES, 2004; WENDPAP et al., 2014). A alimentação fora de casa, o crescimento da oferta de refeições rápidas (fast food) e a ampliação do uso de alimentos industrializados/processados estão vinculados diretamente à renda das famílias e às possibilidades de gasto com alimentação em particular, e estão associados ao valor sociocultural que os alimentos apresentam para cada grupo social (LENZ et al., 2009). Ainda, destaca-se o aumento na oferta de produtos industrializados como refrigerantes, salgadinhos tipos chips e doces com preço acessível à população, sendo essa popularização provável causa para o aumento no consumo desses alimentos nos últimos anos, especialmente entre crianças e adolescentes com menores níveis de renda. Os resultados aqui apresentados são preocupantes, pois a consequência da presença cada vez maior de produtos industrializados “ricos em sal, açúcar e gorduras” na dieta da população se reflete no aumento das prevalências de doenças crônicas não transmissíveis na população adolescente e adulta jovem e afeta todos os estratos sociais da população.

A principal limitação desse estudo se refere a perda amostral (59,2%), a qual pode ter influenciado os resultados encontrados. A possibilidade de não responder às questões referentes à renda no questionário, assim como o fato desse instrumento ter sido autoaplicado pelos próprios responsáveis reduz esse efeito. Por outro lado, tal recusa pode ser resultante do constrangimento pela escassez de certos grupos alimentares na dieta associada ao baixo nível de renda e precárias condições de vida da família, bem como, pelo conhecimento prévio da inadequação do consumo alimentar, apesar do nível econômico satisfatório. Para controlar esse potencial viés, optou-se pela manutenção do grupo de adolescentes com nível de renda desconhecido (não informado) nas análises.

5 CONCLUSÃO

A alimentação saudável é um dos principais determinantes das condições de saúde da população para a reversão do quadro das deficiências nutricionais e redução dos fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas. Os resultados

do presente estudo demonstram padrão alimentar caracterizado pela omissão de lanches intermediários, café da manhã e jantar por razoável proporção de adolescentes, associada à elevada frequência de consumo de produtos industrializados e ricos em açúcares, concomitante a ocorrência satisfatória de frequência de consumo de frutas, vegetais, laticínios e leguminosas para a maioria da população. Ainda, o padrão de consumo alimentar se mostrou homogêneo nesse grupo, de forma que apenas a realização do café da manhã e a baixa frequência de consumo de frutas estiveram associados ao menor nível de renda.

Diante do exposto, ressalta-se a necessidade de realizar mudanças no atual perfil de consumo de alimentos da população adolescente, desestimulando o consumo de marcadores de uma alimentação não saudável e buscando a manutenção e/ou aumento no consumo daqueles considerados protetores, especialmente verduras, legumes e outros de origem vegetal. Tais ações devem ser pautadas em guias alimentares adequados às características culturais da população brasileira e ocorrer de forma independente às suas condições de vida.

Food habits and its relation to income level among adolescents

ABSTRACT

This study assessed food habits and their relation with socioeconomic conditions of 64 adolescents from a public school in the city of Jeceaba-MG. Questionnaires to evaluate socioeconomic characteristics of the family and characterization of meal pattern and food frequency were applied to parents and adolescents, respectively. In general, lunch and afternoon snacks were the most commonly consumed meals. When stratified by income level, the most frequent meals were lunch and breakfast for the lowest income level, lunch and afternoon snack for higher income, lunch and dinner for the ignored income. The most of adolescents reported consuming vegetables, fruits, dairy products, cereals and meats at a frequency of 1-3 times/day; candies, refrigerants/processed juices ≥ 6 times/week and high-fat foods ≤ 2 times / week. The groups of foods more frequently consumed among adolescents with ignored income were cereals and candies, while the least consumed were dairy products and high-fat foods. At the extremes of income, cereals and candies remained the most consumed groups. Vegetables and high-fat foods were the least consumed among adolescents with lower income levels, while vegetables, dairy products and high-fat foods were the least consumed among those with higher income. The realization of the breakfast and the low frequency of consumption of fruits were associated with lower income levels of adolescents. The results suggest the need for intervention in this population, despite of income level.

Keywords: Adolescent; Social Conditions; Food Habits.

REFERÊNCIAS

ASSUNÇÃO, M.C.F. et al. Consumo de carnes por adolescentes do sul do Brasil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 25, n. 4, p. 463-472, 2012.

CONCEIÇÃO, S. et al. Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de ensino em São Luís, Maranhão. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 23, n. 6, p. 993-1004, 2010.

CRAIG, L.C.A. et al. Dietary patterns of school-age children in Scotland: association with socio-economic indicators, physical activity and obesity. **British Journal of Nutrition**, Cambridge, v.103, p. 319-324, 2010.

DALLA COSTA, M. C.; CORDONI JÚNIOR, L.; MATSUO, T. Hábito alimentar de escolares adolescentes de um município do oeste do Paraná. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 20, n. 5, p. 461-471, 2007.

ENES, C. C.; PEGOLO, G. E.; SILVA, M. V. Hábitos alimentares de adolescentes residentes em áreas rurais da cidade de Piedade, São Paulo. **Nutrire: Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, São Paulo, v. 33, n. 2, p. 99-110, 2008.

ESTIMA, C.C.P. et al. Meal consumption patterns and anthropometric measurements in adolescents from a low socioeconomic neighborhood in the metropolitan area of Rio de Janeiro, Brazil. **Appetite**, New York, v.52, p. 735-739, 2009.

FAGUNDES, A. L. N. et al. Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares da região de Parelheiros do município de São Paulo. **Revista Paulista de Pediatria**, São Paulo, v. 26, n. 3, p. 212-217, 2008.

FARIAS JÚNIOR, J. C.; SILVA LOPES, A. Comportamentos de risco relacionados à saúde em adolescentes. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 12, n. 1, p. 7-12, 2004.

FILIPINI, C.B. et al. Transformações físicas e psíquicas: um olhar do adolescente. **Adolescência e Saúde**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 22-29, 2013.

- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Cidades, 2013. Disponível em: <http://cidades.ibge.gov.br> Acesso em: 16 de jun. de 2013.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo demográfico 2010**. Rio de Janeiro, 2012. 270 p. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 14 de out. de 2013.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de orçamentos familiares, 2002-2003**. Aquisição alimentar domiciliar per capita, Brasil e grandes regiões. Rio de Janeiro, 2004. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 14 de out. de 2013.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2011. 150 p. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 14 de out. de 2013.
- LEAL, G.V.S. et al. Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, São Paulo: v.13, n. 3, p.457-467, 2010
- LENZ, A. et al. Socioeconomic, demographic and lifestyle factors associated with dietary patterns of women living in Southern Brazil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 6, p. 1297-1306, 2009.
- LEVY, R. B. et al. Consumo e comportamento alimentar entre adolescentes brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p.3085-3097, 2010.
- MAGALHÃES, V.; MENDONÇA, G. Prevalência e fatores associados a sobrepeso e obesidade em adolescentes de 15 a 19 anos das regiões Nordeste e Sudeste do Brasil, 1996 a 1997. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 10, p. 129-139, 2003.
- MONTICELLI, F. D. B. **Consumo alimentar de adolescentes de escolas da rede municipal de ensino da cidade de Curitiba**. 2009. (Tese de Doutorado). Universidade de São Paulo. Faculdade de Saúde Pública. Departamento de Nutrição. 120p.
- NOGUEIRA, F.D.A.M.; SICHIERI, R. Associação entre consumo de refrigerantes, sucos e leite, com o índice de massa corporal em escolares da rede pública de Niterói. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 12, p. 2715-2724, 2009.
- OLIVEIRA, C. C.; COSTA, T. M. B; LAUS, M. F. Hábitos alimentares e comportamentos inadequados para controle de peso em adolescentes frequentadores de academias de ginástica. **Revista Adolescência e Saúde**, Rio de Janeiro, v.9, n. 3, p. 47-55, 2012.
- OLIVEIRA, A.C.S. et al. O impacto do consumo de refrigerantes na saúde de escolares do colégio Gissoni. **Revista Eletrônica Novo Enfoque**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 12, p. 68-79, 2011.
- MARCHIORI, B.; CAMPOS, L. **Relação do Consumo Alimentar de Adolescentes Obesos com Escolaridade Materna e Renda Familiar**. [monografia] Faculdade Assis Gurgacz, Cascável, 2008. Disponível em: http://www.fag.edu.br acesso em 23 de outubro de 2013. 56p.
- MENDES, K. L.; CATÃO, L. P. Avaliação do consumo de frutas, legumes e verduras por adolescentes de Formiga-MG e sua relação com fatores socioeconômicos. **Alimentos e Nutrição**, Araraquara, v.21, n. 2, p. 291-296, 2010.
- NEUTZLING, M.B. et al. Hábitos alimentares de escolares adolescentes de Pelotas, Brasil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.23, n. 3, p. 379-388, 2010.
- NUNES, M.M.A.; FIGUEIROA, J.N.; ALVES, J.G.B. Excesso de peso, atividade física e hábitos alimentares entre adolescentes de diferentes classes econômicas em Campina Grande (PB). **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v.53, n. 2, p.130-134, 2007.
- SANCHES, M. **Hortaliças: consumo e preferências de escolares**. Tese (Mestre em Ciências). Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz, Piracicaba, SP, 2003. 162 p. Disponível em: <http://lakh.unm.edu/handle/10229/33141> Acesso em: 12 nov. 2013
- SANTOS, J.S. et al. Perfil antropométrico e consumo alimentar de adolescentes de Teixeira de Freitas, Bahia. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 18, n. 5, p. 623-632, 2005.
- SILVA, R.C.R. et al. Iniquidades socioeconômicas na conformação dos padrões alimentares de crianças e adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 25, n. 4, p. 451-461, 2012.
- WENDPAP, L.L. et al. Qualidade da dieta de adolescentes e seus fatores associados. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 1, p.97-106, 2014.
- XIE, B. et al. Effects of ethnicity, Family income, and education on dietary intake among adolescents. **Preventive Medicine**, Canadá, v.36, p. 30-40, 2003.
- ZANINI, R.V. et al. Consumo diário de refrigerantes, doces e frituras em adolescentes do Nordeste brasileiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.18, n. 12, p. 3739-3750, 2013.

Enviado em //

Aprovado em //